

Informationen

Veranstalter: Arbeitsgemeinschaft Diabetes, Sport und Bewegung der DDG e. V.
Billmericher Dorfstraße 4d, 59427 Unna
E-Mail: info@diabetes-bewegung.de
www.diabetes-bewegung.de

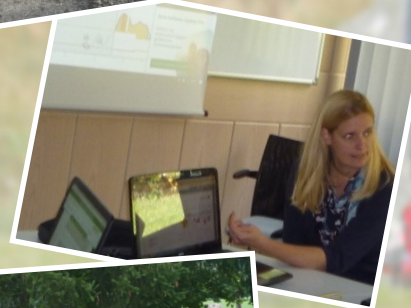
Ansprechpartner: Birgit Hansel
Röntgenstr. 8, 78333 Stockach
birgit-hansel@t-online.de
077 71 / 87 66 88

Unterkunft: AURA-Hotel
Alte Römerstr. 41-43
82442 Saulgrub (Oberbayern)
088 45 / 990

Anmeldung: auf unserer Homepage unter www.diabetes-bewegung.de/Angebote für Menschen mit Typ-1-Diabetes/[arzt-patienten-seminar-in-bayern](http://www.diabetes-bewegung.de/Angebote/Arzt-Patienten-Seminar-in-Bayern)

Hinweis: Teilnehmer*innenbeitrag: 490 € (EZ), 480 € (DZ/Person), Extras: Selbstbeteiligung Fahrräder, Getränke
Keine Stellung von Blutzuckerteststreifen.
Bei Stornierungen bis zum 01.08.2025 erheben wir eine Bearbeitungsgebühr von 50 €, danach müssen wir den vollen Seminarpreis berechnen, es sei denn, es findet sich eine Person auf der Warteliste, die den Platz übernimmt.
Da die Plätze begrenzt sind und in der Reihenfolge Ihrer Anmeldung vergeben werden, senden Sie das Anmeldeformular bitte sobald wie möglich, spätestens jedoch bis zum 15.08.2025 an Birgit Hansel.

Unterstützung: Bitte lesen Sie auf unserer Homepage unter www.diabetes-bewegung.de nach, welche Firmen die Veranstaltung unterstützen.



Arzt-Patienten-Seminar^{*)}

für Menschen mit
Typ-1 Diabetes

04. – 07.09.2025 in Saulgrub



**AG DIABETES
SPORT UND BEWEGUNG
der DDG**

^{*)} Bitte sehen Sie es uns nach, dass wir unseren seit fast 3 Jahrzehnten bekannten Seminarartikel nicht gendern.

Liebe Sportlerin mit Diabetes,
lieber Sportler mit Diabetes,

„Sport, der Spaß macht, Theorie, die das Leben leichter macht, und Geselligkeit, die die Lebensqualität erhöht“, unter diesem Motto hat Dr. Peter Zimmer 1996 aufgrund der unbefriedigenden Schulungssituation bezüglich Diabetes und Sport für Menschen mit Typ 1 Diabetes das 1. Arzt-Patienten-Seminar^{*)} in Unterjoch mit damals 7 Teilnehmern veranstaltet. Seitdem findet das Seminar jährlich in Bayern und seit 2016 auch in NRW statt. Nach der Schließung des Hauses Unterjoch wurde mit dem Aura Hotel in Saulgrub / Oberbayern ein entsprechender Veranstaltungsort gefunden.

Neben interessanten Schulungseinheiten über Besonderheiten der Diabetestherapie beim Sport und neuen technischen Möglichkeiten, steht die gemeinsame praktische Sportausübung im Vordergrund, so dass das theoretisch Erlernte direkt ausprobiert und optimiert werden kann. Während der gesamten Veranstaltung besteht die Möglichkeit der individuellen Beratung durch die begleitenden Fachleute (Diabetologin/Diabetologe, Diabetesberater*innen, Sportlehrer*innen und Übungsleiter*innen). Zur Beobachtung der individuellen Wirkung der Bewegung auf den Blutzuckerstoffwechsel kann während der Seminare eine kontinuierliche Stoffwechselkontrolle mit Geräten der kontinuierlichen Glukosemessung (FGM bzw. CGM) durchgeführt werden.

Wir freuen uns auf ein erfahrungsreiches und sportliches Wochenende!



Dr. Peter Zimmer

Programm

29. Arzt-Patienten-Seminar^{*)} in Oberbayern

(wetterbedingte Änderungen vorbehalten)

Donnerstag, 04.09.2025

| | |
|-------------------|---|
| 11:30 Uhr | Eintreffen der Teilnehmer*innen im AURA-Hotel, Saulgrub |
| 12:00 - 12:30 Uhr | Get together Begrüßung, Vorstellungsrunde |
| 12:45 - 14:00 Uhr | Mittagessen |
| 14:00 - 14:45 Uhr | „Diabetes Typ 1 und Sport“, Update 2025 |
| 15:00 - 15:45 Uhr | „Rhythmus und Bewegung“ |
| 16:15 - 16:45 Uhr | Check in |
| 17:00 - 17:45 Uhr | „Protokollieren - aber wie?“ |
| 18:00 - 19:30 Uhr | Abendessen |
| 20:00 - 21:00 Uhr | „Optimist und Pessimist - wie mit einer chronischen Krankheit umgehen?“ |

Freitag, 05.09.2025

| | |
|-------------------|--|
| 07:30 - 08:00 Uhr | Warm up/Auswirkungen des Morgensports auf den BZ/GZ |
| 08:15 - 09:00 Uhr | Frühstück |
| 09:30 - 15:00 Uhr | Ärztlich begleitete Praxis der Dosisanpassung, Sportprogramm in zwei Gruppen A Wanderung / Nordic Walking B Radtour |
| 13:00 - 14:00 Uhr | Mittagessen (evtl. Outdoor Lunch für die Radler) |
| 15:00 - 17:00 Uhr | „Beweglich bleiben bis ins hohe Alter (3 Workshops) Bioimpedanz - Ernährung - Prophylaxe und Therapien“ |
| 14:00 - 17:30 Uhr | Industrierausstellung |
| 18:00 - 19:30 Uhr | Abendessen |
| 20:00 - 21:00 Uhr | „Sarkopenie: Entstehung - Symptome - Prophylaxe und Therapie“ |

Samstag, 06.09.2025

| | |
|-------------------|--|
| 07:30 - 08:00 Uhr | Warm up/Auswirkungen des Morgensports auf den BZ/GZ |
| 08:15 - 09:00 Uhr | Frühstück |
| 09:30 - 15:00 Uhr | „Bergtour“ Ärztlich überwachte Auswirkung auf BZ/GZ Bei schlechtem Wetter: Parcours durch die Einrichtungen des AURA-Hotels |
| 16:00 - 18:00 Uhr | Praxis der BZ/GZ, Auswirkung in der Entspannungsphase |
| 18:30 - 20:30 Uhr | Grillabend |
| ab 20:30 Uhr | „Tanzend in Bewegung bleiben“ - Auswirkungen auf den BZ/GZ |

Sonntag, 07.09.2025

| | |
|-------------------|---|
| 08:00 - 08:30 Uhr | Warm up/Auswirkungen des Morgensports auf den BZ/GZ |
| 09:00 - 10:00 Uhr | Frühstück |
| 10:30 - 11:30 Uhr | Analyse CGMs, allg. Round Table |
| 11:45 - 12:00 Uhr | Verabschiedung |
| 12:00 - 13:00 Uhr | Mittagessen |